

ОБЩАЯ ПЕДАГОГИКА, ИСТОРИЯ ПЕДАГОГИКИ И ОБРАЗОВАНИЯ / GENERAL PEDAGOGY, HISTORY OF PEDAGOGY AND EDUCATION

DOI: <https://doi.org/10.23670/IRJ.2024.140.28>

ПРОФИЛАКТИКА КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ У ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

Научная статья

Корнева И.Н.¹, Суздалева А.М.^{2,*}

¹ORCID : 0000-0001-6329-4964;

^{1,2}Оренбургский государственный педагогический университет, Оренбург, Российская Федерация

* Корреспондирующий автор (suzdalla[at]mail.ru)

Аннотация

В статье представлены сведения о мерах по профилактике компьютерной зависимости у обучающихся в общеобразовательных организациях, отмечается важность данной проблемы на современном этапе образования, что требует поиска новых подходов к превентологии такого типа зависимости, разработаны формы и методы работы с обучающимися. Комплекс внеклассных занятий способен раскрыть перед преподавателями, подростками и родителями сведения о механизмах компьютерной или интернет зависимости. Занятия помогают отработать навыки сравнения между здоровым и деструктивным образом жизни, а тренинговые занятия наглядно показывают старшешкесникам критерии овладения социальным иммунитетом в противодействии соблазнам находиться в социальных сетях и проводить время за компьютерными играми. Имеются данные экспериментально-опытной работы, которые показали положительную динамику.

Ключевые слова: компьютерная зависимость, профилактические мероприятия, формы и методы работы, обучающиеся в общеобразовательных организациях.

PREVENTION OF COMPUTER ADDICTION AMONG STUDENTS IN GENERAL EDUCATION ORGANIZATIONS

Research article

Korneva I.N.¹, Suzdaleva A.M.^{2,*}

¹ORCID : 0000-0001-6329-4964;

^{1,2}Orenburg State Pedagogical University, Orenburg, Russian Federation

* Corresponding author (suzdalla[at]mail.ru)

Abstract

The article presents information about measures to prevent computer addiction among students in general educational organizations, notes the importance of this problem at the present stage of education, which requires the search for new approaches to the prevention of this type of addiction, and develops forms and methods of work with students. The complex of extracurricular activities is able to disclose to teachers, teenagers and parents information about the mechanisms of computer or Internet addiction. Classes help to develop skills of comparison between healthy and destructive lifestyles, and training sessions clearly show high school students the criteria for mastering social immunity in counteracting the temptations of being on social networks and spending time playing computer games. There are data of the experimental and practical work, which showed positive dynamics.

Keywords: computer addiction, preventive measures, forms and methods of work, students in general education organizations.

Введение

Современное общество не может существовать без интернета и компьютеров, вычислительной техники и информационных технологий. Такая тенденция захватывает и образовательную деятельность в общеобразовательных организациях, так как использование интернета и компьютеров в учебном процессе становится неотъемлемой частью образования. Таким образом, компьютерная зависимость может рассматриваться не только как поведенческое или психическое расстройство, но и как опасное социальное явление, которое уводит обучающихся от реальной действительности в опасную виртуальную жизнь.

Определяя место общеобразовательной организации в процессе воспитания и образования обучающихся, подчеркиваем, что не только школа, но и родители подростков, совместными усилиями должны заниматься профилактикой компьютерной зависимости.

На сегодняшний день компьютерная аддикция остается недостаточно изученным направлением в педагогической практике.

Методы и принципы исследования

Выявленные противоречия позволили сформулировать проблему исследования, которая заключалась в определении педагогических условий, направленных на профилактику компьютерной зависимости у обучающихся общеобразовательных организаций.

Цель исследования – изучение педагогических условий, способствующих эффективной профилактике компьютерной зависимости у обучающихся в общеобразовательных организациях.

Задачи исследования были следующими: осуществить анализ психолого-педагогической литературы с целью выявления сущности, причин и специфики компьютерной зависимости у обучающихся общеобразовательных организаций; выявить комплекс педагогических условий, направленных на профилактику компьютерной зависимости у обучающихся общеобразовательных организаций; опытно-экспериментальным путем доказать эффективность реализуемых внеклассных занятий, направленных на профилактику компьютерной зависимости у обучающихся общеобразовательных организаций.

Методы исследования: теоретические методы: анализ, синтез, обобщение теории и практики по профилактике компьютерной зависимости; обобщение информации по профилактике аддикции у обучающихся в общеобразовательных организациях во внеурочной деятельности; эмпирические методы: тест на определение интернет-зависимости (К. Янг); шкала социально-ситуативной тревоги (Е.И. Рогов); тест-опросник уровня агрессивности (А. Басса, А. Дарки). методы математической статистики.

Основные результаты

Результаты констатирующего этапа показали, что учащиеся обоих классов имели среднюю и высокую степень раскрытия личностных факторов, влияющих на компьютерную зависимость. Так у экспериментального класса средний уровень 41,1%. Это показатель выше, чем у контрольного 10 «А» класса на 11,8% и составил в контрольном классе – 29,3%. Высокий уровень зависимости, а именно 58,9% отмечен у старшеклассников контрольного класса, что на 29,6% больше, чем у экспериментального 10 «Б», у которого этот показатель составил 29,3%.

После формирующего этапа видно, что низкий уровень увеличился в двух классах. У 10 «А» класса вырос на 5,8% и составил 17,6%, тогда как у контрольного 10 «Б» класса отмечена значительная положительная динамика. Комплекс внеклассных занятий, направленный на профилактику интернет-зависимости продемонстрировал свою эффективность, и результаты подтвердили это. Низкий уровень этого показателя у экспериментального класса уменьшился на 47,1%. Высокий уровень раскрытия личностных факторов риска подростка, ведущих к патологическому пристрастию к компьютерной зависимости с 47,1% снизился до 0%.

Следующим этапом нашего исследования стало выявление Интернет-зависимости или компьютерной зависимости с помощью теста, разработанного К. Янгом.

Ответы учащихся показали, что больше всего времени за компьютером до начала опытно-экспериментальной работы проводили респонденты экспериментального класса. Ученики экспериментального класса пренебрегали домашними делами, чтобы провести больше времени в сети. Они чаще других переписывались с одноклассниками и друзьями, ощущали себя одинокими, не хватало реального общения, что жизнь без интернета скучна. Это отражалось на их самочувствии, что проявлялось в нарушении сна, появлении чувства усталости, а также в виде вспышек агрессивности.

После формирующего этапа 63,1% учащихся экспериментального класса реже стали пользоваться интернетом. Снизился показатель высокой зависимости с 42,1% до 15,8%. Средний уровень зависимости у них так же уменьшился с 41,1% до 21,1%. У контрольного класса все уровни зависимости остались практически без изменений. Немного увеличился высокий уровень зависимости с 11,8% до 17,6%, средний с 29,3% до 41,1%. Низкий уровень стал ниже и составил 47,3%. Такие результаты показывают, что контрольный класс стал еще более активно пользоваться услугами интернета. Профилактическая работа на уроках ОБЖ с ними проводится на низком уровне, а реализуемая программа для учащихся экспериментального класса доказала свою эффективность. Математическая обработка конечных результатов доказала эффективность выбранного направления проведения формирующего этапа.

Обсуждение

Опытно-экспериментальная работа проводилась в Муниципальном общеобразовательном бюджетном учреждении «Новосергиевская средняя общеобразовательная школа № 1» Новосергиевского района Оренбургской области в десятих классах. 10 «А» класс в количестве 19 человек выбран контрольным, 10 «Б» в количестве 19 учащихся – экспериментальным.

Учащиеся контрольного и экспериментального класса изучали предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» согласно региональному стандарту. С учащимися экспериментального 10 «Б» класса была проведена исследовательская работа, которая включала в себя мероприятия по профилактике компьютерной зависимости, был разработан комплекс внеклассных мероприятий.

Опытно-экспериментальная работа распределена на три этапа, которые включали определенные задачи и цели.

Первый этап, начальный, включал подбор и анализ источников психолого-педагогической, медицинской литературы, знакомство с учебно-методическими разработками и программами по исследуемой проблеме, реализуемых преподавателями-организаторами ОБЖ в общеобразовательных организациях. На констатирующем этапе ставились задачи по выявлению интернет-зависимости у обучающихся. Второй этап нашего исследования, формирующий, предполагал разработку комплекса внеклассных мероприятий по профилактике зависимости и реализации его с экспериментальным классом. Цель формирующего этапа заключалась в выявлении эффективных педагогических условий (формы, методы и средства), необходимых для успешной профилактики компьютерной зависимости у старшеклассников.

На контрольном этапе (завершающем) проводилась итоговая диагностика и сравнение полученных результатов. Полученные данные анализировались и формировались выводы.

В основу разработки внеклассных занятий нами взята программа разработанная Колесниковой Л.И.(2009 г.). Эта программа создавалась на основе экспериментальных материалов по профилактике компьютерной игровой

зависимости. Комплекс внеклассных занятий направлен на пропаганду жизнестойкости, целеустремленности, формирование здорового и безопасного образа жизни.

Цель профилактических действий в эксперименте – предупредить подростков о вреде компьютерной аддикции и выработать навыки против развития компьютерной зависимости, а также помочь в профилактике агрессивного поведения у зависимой от интернета учащейся молодежи.

Формирующий этап направлен на решение следующих задач:

1. Необходимо доступно преподнести обучающимся информацию о негативном влиянии интернета и последствиях компьютерной зависимости.

2. Научить обучающихся выявлять личностные и социальные факторы риска.

3. Не бояться обращаться за помощью к специалистам, рассказывать о своих проблемах взрослым, научить эффективно бороться со стрессорными факторами.

В ходе формирующего этапа при разработке комплекса внеклассных занятий были предложены такие методы, как беседы, видеолекции, дискуссии, сбор информации и умение ее анализировать и делать выводы, организация игровой деятельности, проведение творческих мероприятий, с условием самостоятельной разработки старшеклассниками таких сценариев. В организацию внеурочной деятельности привлечлись школьный психолог, которая предложила ряд тренинговых занятий, на выявление у обучающихся компьютерной зависимости и проведение курсов по ее профилактике, проведение круглогодичного спецкурса, просмотра видеофильмов по темам занятий, создание группы поддержки и т.д.

Классный руководитель совместно с преподавателем-организатором ОБЖ разрабатывал план работы с родителями старшеклассников, в которые вошли групповые и индивидуальные консультации, как с учителем, так и со школьным психологом. Преподаватель-организатор ОБЖ привлекал к участию родителей к совместному проведению торжественных и других мероприятий в общеобразовательной организации.

Также активно применялись методы разъяснения, индивидуальная работа, психодиагностика и метод анализа конкретных ситуаций.

Так как источником формирования убеждения является яркое эмоциональное переживание [4], то при передаче информации были задействованы такие методические средства, которые позволяют наиболее эффективно воздействовать на эмоциональную сферу подростка: психологические упражнения, видеофильмы и иллюстративный материал.

При разработке внеклассных мероприятий нами учтены межпредметные связи: ОБЖ, литература, история, обществознание, изобразительное искусство, компьютерный дизайн, технология, химия, информатика.

Учебно-тематический план внеурочной деятельности представлен следующими занятиями:

1. «Интернет-зависимость: мифы и реальность» – Лекторий. Цель: Информирование о проблеме и опрос обучающихся об их отношении к этой проблеме.

2. «Интернет – за и против!» – Беседа. Цель: Выявление степени достоверности имеющихся знаний.

3. «Мы вместе» – Тренинг на формирование группового взаимодействия

4. «Виртуальное и реальное общение» – Игровая деятельность. Цель: Формирование навыков самоконтроля, снятие эмоционального напряжения.

5. «Моя цель в жизни!» – Творческий вечер. Цель: Создание условий для осознания подростками своих жизненных ценностей и убеждений. Развитие креативных способностей, формирование навыков определять альтернативные виды деятельности времяпрепровождению за компьютером.

6. «Встреча родителей со школьным психологом» - Беседа и тренинг. Метод конкретных ситуаций. Цель: Оказание помощи родителям в формировании мотивации у подростков к здоровому образу жизни. Формирование у старшеклассников ценностно-смысловой сферы личности.

7. «Здоровье и спорт» – Соревнование. Метод конкретных ситуаций. Цель: Укрепление социального, психического и физического здоровья.

8. «Суд над интернет-играми!» – Театрализованное представление совместно с родителями. Цель: Создание условий, способствующих осознанию старшеклассниками своих жизненных убеждений.

9. «Влияние Интернета на человека» – Лекторий. Привлечение медицинских работников, психологов, психиатров

10. «Интернет зависимость – болезнь современных людей» – Мастер-класс. Цель: Развивать умение у подростков ставить «фильтры» для разного рода энергетических воздействий из вне. Уметь противостоять влиянию внешних обстоятельств на личность разрушающих ее.

Данный комплекс внеклассных мероприятий должен раскрыть перед преподавателями, подростками и родителями глубинные механизмы компьютерной или интернет-зависимости. Занятия должны помочь отработать навыки здорового образа жизни, а также умение противостоять деструктивному поведению. При этом тренинговые занятия воспитывают у старшеклассников социальный иммунитет к соблазнам находиться в социальных сетях и проводить время за компьютерными играми.

Заключение

Результаты опытно-экспериментальной работы показали эффективность реализуемых педагогических условий по профилактике интернет-зависимости в образовательной организации. Доказано, что разработанный комплекс внеклассных мероприятий, направленный на формирование здорового образа жизни, способствовал снижению у обучающихся экспериментального класса уровня компьютерной зависимости, уменьшению уровня учебной, межличностной и самооценочной тревожности, минимизации личностных факторов риска подростка, которые ведут к патологическому пристрастию к сети и снижению уровня агрессивного поведения у зависимых обучающихся.

Конфликт интересов

Не указан.

Рецензия

Все статьи проходят рецензирование. Но рецензент или автор статьи предпочли не публиковать рецензию к этой статье в открытом доступе. Рецензия может быть предоставлена компетентным органам по запросу.

Conflict of Interest

None declared.

Review

All articles are peer-reviewed. But the reviewer or the author of the article chose not to publish a review of this article in the public domain. The review can be provided to the competent authorities upon request.

Список литературы / References

1. Андриенко О.А. Реализация современных технологий, направленных на профилактику интернет-зависимости у подростков – субъектов образовательной среды / О.А. Андриенко, Т.А. Безенкова, К.Е. Безенков // Перспективы науки и образования. — 2020. — № 3 (45). — С. 226-238.
2. Багдасарян А.А. Влияние компьютеров и интернета на младших школьников / А.А. Багдасарян, М.Э. Саргсян // Наука и образование сегодня. — 2019. — № 1. — С. 78-81.
3. Баева Л.В. Виртуализация жизненного пространства человека и проблемы интернет-игровой зависимости (IGD). Виртуальное пространство и жизненные миры человека / Л.В. Баева. — 2016. — № 1 (11). — С. 8-19.
4. Белоусов А.Д. Установление степени увлеченности компьютерными играми несовершеннолетних подозреваемых и обвиняемых в процессе изучения их личности: Методические рекомендации / А.Д. Белоусов, И.А. Попов. — Москва: ВНИИ МВД России, 2012. — 40 с.
5. Беспалова А.Г. От традиционных СМИ – к конвергенции массмедиа / А.Г. Беспалова [и др.] // История мировой журналистики. — Москва: Ростов-на-Дону: Март, 2013. — 504 с.
6. Бондарев В.П. Технология педагогического сопровождения учащихся в образовательном процессе / В.П. Бондарев // Эйдос. — 2001.
7. Бредихина М.В. Педагогическая профилактика игровых зависимостей у подростков в общеобразовательном учреждении: дис. ... канд. пед. наук / М.В. Бредихина. — Нижний Новгород: Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, 2007. — 198 с.
8. Жукова М.В. Направления деятельности педагога по профилактике компьютерной зависимости младших школьников / М.В. Жукова, Е.Л. Бараш, Е.В. Фролова [и др.] // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. — 2018.
9. Колесникова Л.И. Педагогические условия профилактики игровой зависимости у подростков: дис. ... канд. пед. наук / Л.И. Колесникова. — Нижний Новгород: Волжский государственный инженерно-педагогический университет, 2009. — 226 с.
10. Никитина Л.Н. Компьютерные игры с элементами насилия как источник посылов к агрессии у несовершеннолетних / Л.Н. Никитина // Азимут научных исследований: педагогика и психология. — 2018. — С. 361-365.
11. Панков М.Н. Психофизиологические характеристики детей с агрессивным поведением / М.Н. Панков // Экология человека. — 2018. — № 2. — С. 37-44.
12. Пережогин Л.О. Зависимость от персонального компьютера, интернета и мобильных средств доступа к нему: нозологическая идентификация / Л.О. Пережогин // Образование личности. — 2016. — № 1. — С. 45-53.
13. Петрова А.В. Анализ влияния интернета на социализацию современных подростков / А.В. Петрова // Ученые записки Крымского инженерно-педагогического университета. Серия: Педагогика. Психология. — 2017. — № 4 (10). — С. 132-135.

Список литературы на английском языке / References in English

1. Andrienko O.A. Realizacija sovremennyh tehnologij, napravlennyh na profilaktiku internet-zavisimosti u podrostkov – sub'ektov obrazovatel'noj sredy [Implementation of Modern Technologies Aimed at Preventing Internet Addiction in Adolescents – Subjects of Educational Environment] / O.A. Andrienko, T.A. Bezenkova, K.E. Bezenkov // Perspektivy nauki i obrazovanija [Prospects of Science and Education]. — 2020. — № 3 (45). — P. 226-238. [in Russian]
2. Bagdasarjan A.A. Vlijanie komp'juterov i interneta na mladshih shkol'nikov [Influence of Computers and Internet on Junior Schoolchildren] / A.A. Bagdasarjan, M.Je. Sargsjan // Nauka i obrazovanie segodnja [Science and Education Today]. — 2019. — № 1. — P. 78-81. [in Russian]
3. Baeva L.V. Virtualizacija zhiznennogo prostranstva cheloveka i problemy internet-igrovoj zavisimosti (IGD). Virtual'noe prostranstvo i zhiznennye miry cheloveka [Virtualization of Human Life Space and the Problems of Internet Gaming Addiction (IGD). Virtual Space and Human Life Worlds] / L.V. Baeva. — 2016. — № 1 (11). — P. 8-19. [in Russian]
4. Belousov A.D. Ustanovlenie stepeni uvlechennosti komp'juternymi igrami nesovershennoletnih podozrevaemyh i obvinjaemyh v processe izuchenija ih lichnosti: Metodicheskie rekomendacii [Determination of the Degree of Addiction to Computer Games of Juvenile Suspects and Accused in the Process of Studying their Personality: Methodological Recommendations] / A.D. Belousov, I.A. Popov. — Moscow: ARSRI EMERCOM of Russia, 2012. — 40 p. [in Russian]
5. Bepalova A.G. Ot tradicionnyh SMI – k konvergencii massmedia [From Traditional Media to Convergence of Mass Media] / A.G. Bepalova [et al.] // Istorija mirovoj zhurnalistiki [History of World Journalism]. — Moscow: Rostov-on-Don: Mart, 2013. — 504 p. [in Russian]
6. Bondarev V.P. Tehnologija pedagogicheskogo soprovozhdenija uchashhihsja v obrazovatel'nom processe [Technology of Educational Support for Students in the Educational Process] / V.P. Bondarev // Ejdos. — 2001. [in Russian]

7. Bredihina M.V. Pedagogicheskaja profilaktika igrovyh zavisimostej u podrostkov v obshheobrazovatel'nom uchrezhdenii [Pedagogical Prevention of Game Addictions in Adolescents in a General Educational Institution]: dis. ... PhD in Pedagogy / M.V. Bredihina. — Nizhnij Novgorod: Nizhny Novgorod State University of Architecture and Civil Engineering, 2007. — 198 p. [in Russian]
8. Zhukova M.V. Napravlenija dejatel'nosti pedagoga po profilaktike komp'juternoj zavisimosti mladshih shkol'nikov [Directions of Teacher's Activity on Prevention of Computer Addiction of Junior Schoolchildren] / M.V. Zhukova, E.L. Barash, E.V. Frolova [et al.] // Vestnik Juzhno-Ural'skogo gosudarstvennogo gumanitarno-pedagogicheskogo universiteta [Bulletin of the South Ural State Humanitarian-Pedagogical University]. — 2018. [in Russian]
9. Kolesnikova L.I. Pedagogicheskie uslovija profilaktiki igrovoj zavisimosti u podrostkov [Pedagogical Conditions of Prevention of Game Addiction in Adolescents]: dis. ... PhD in Pedagogy / L.I. Kolesnikova. — Nizhnij Novgorod: Volga State Engineering and Pedagogical University, 2009. — 226 p. [in Russian]
10. Nikitina L.N. Komp'juternye igry s jelementami nasilija kak istochnik posylov k agressii u nesovershennoletnih [Computer Games with Elements of Violence as a Source of Incitement to Aggression in Minors] / L.N. Nikitina // Azimut nauchnyh issledovanij: pedagogika i psihologija [Azimut of Scientific Research: Pedagogy and Psychology]. — 2018. — P. 361-365. [in Russian]
11. Pankov M.N. Psihofiziologicheskie karakteristiki detej s agressivnym povedeniem [Psychophysiological Characteristics of Children with Aggressive Behaviour] / M.N. Pankov // Jekologija cheloveka [Human Ecology]. — 2018. — № 2. — P. 37-44. [in Russian]
12. Perezhogin L.O. Zavisimost' ot personal'nogo komp'jutera, interneta i mobil'nyh sredstv dostupa k nemu: nozologicheskaja identifikacija [Dependence on Personal Computer, Internet and Mobile Means of Access to it: nosological identification] / L.O. Perezhogin // Obrazovanie lichnosti [Education of the Personality]. — 2016. — № 1. — P. 45-53. [in Russian]
13. Petrova A.V. Analiz vlijanija interneta na socializaciju sovremennyh podrostkov [An Analysis of the Influence of the Internet on the Socialization of Modern Teenagers] / A.V. Petrova // Uchenye zapiski Krymskogo inzhenerno-pedagogicheskogo universiteta. Serija: Pedagogika. Psihologija [Scientific Notes of the Crimean Engineering and Pedagogical University. Series: Pedagogy. Psychology]. — 2017. — № 4 (10). — P. 132-135. [in Russian]